

경기 일부 지역 중학생의 학업스트레스와 학업소진의 관계에서 학업적 자기효능감의 매개효과

윤 여 진 · 정 인 경[†]
중앙대학교 사범대학 가정교육과

Mediating Effects of Academic Self-efficacy on the Relationship Between Academic Stress and the Academic Burnout of Adolescents in Korea

Yoon, Yeo-Jin · Jung, In-Kyung[†]
Dept. of Home Economics Education, Chungang University, Seoul, Korea

ABSTRACT

This study investigate the mediating effects of academic self-efficacy on the relationship between academic stress and academic burnout of Korean adolescents. A survey was conducted using a convenient sample drawn from 850 students from nine junior high schools in Kunggi-do Province. Data were analyzed using SAS package program. The results show that many students were dissatisfied with their own academic performance. There was a significant positive relationship between academic stress and academic burnout. In particular, academic performance and studying had a significant interaction effect on academic stress. Academic self-efficacy had negative effects on academic stress and academic burnout. Academic self-efficacy partly mediated the relationship between academic stress and academic burnout. These results suggest that improving academic self-efficacy is crucial for preventing and reducing symptoms of academic stress and academic burnout. In this regard, continuous social support and efforts are needed to develop instructional strategies and educational programs that can improve the academic self-efficacy of adolescents.

Key words: academic stress, academic burnout, academic efficacy

I. 서론

청소년기는 신체적, 심리적, 사회적 변화가 동

시에 나타나는 시기로 이러한 변화에 적응하기 위하여 다양한 스트레스를 경험하게 된다. 우리나라 청소년들의 경우 일본, 중국, 미국 등의 다른 나라 청소년들에 비해 스트레스 인지율이 높은

This research was supported by a ChungAng-University scholarship grant in 2012
접수일: 2014년 4월 28일 심사일: 2014년 5월 27일 게재확정일: 2014년 6월 29일

[†]**Corresponding Author:** Jung, In-Kyung Tel: 82-2-820-5380
e-mail: ikjung@cau.ac.kr

This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

것으로 조사된 바 있으며, 특히, 청소년들이 가장 많은 시간을 보내며, 교사 및 교우와의 관계를 형성하면서 생활하는 중심적인 사회 환경이 학교인 만큼 학교생활과 관련된 요인들이 스트레스의 주원인으로 알려지고 있다(National Youth Policy Institute, 2010). 특히, 입시위주의 주입식 교육 및 과도한 경쟁 체제의 교육현실 속에서 청소년들의 주된 스트레스는 수업, 성적, 시험, 숙제, 부모의 학업 성취기대 등의 학업관련 문제인 것으로 보고되고 있다(Mo 2010; National Youth Policy Institute 2010; Jung 2011; Lee & Jang 2011).

학업 스트레스는 학생들이 공부나 학업을 수행해야 되는 여러 가지의 다양한 요구에 대처하고 적응해 가는 과정에서 경험하게 되는 대인관계 등의 어려움과 정신적인 부담이나 공포, 우울, 초초감 등과 같은 편하지 못한 심리적 상태라고 정의하고 있다. 이러한 학업 스트레스에 대한 노출은 다양한 신체적 건강 문제 뿐 아니라 우울증, 불안, 조울증, 과잉행동과 같은 정서·행동 문제를 초래하며(Han 2012b), 생활습관 및 학교생활적응에도 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나(Kim & Shin 2011; Chang et al. 2012; Jung et al. 2012) 학업 스트레스가 청소년들의 건강한 성장과 발달을 위협하는 주요한 원인임을 알 수 있다. 우리나라 청소년들이 인지하는 학업스트레스 정도는 학년과 학교급이 높아질수록 증가하는 것으로 보고 되었으며(Ministry of Gender Equality & Family Republic of Korea 2012), 성별에 따라 차이가 있으며 조절성향에도 다른 영향을 보이는 것으로 나타났다(Kim et al 2012, Cho 2007)

과도한 학업 스트레스로 인해 피로감이나 좌절감, 학업에 대한 무력감이나 냉소적인 태도, 학업에 대한 관심 부족 및 낮은 성취감 등의 신체적, 정신적, 심리적 고갈상태가 나타나는데 이러한 증상을 학업소진이라 한다(Kim et al. 2010). 이러한 소진은 과도한 학업요구와 학업성취에 대한 기대로 스트레스를 많이 받게 될수록 심리적 소진 정도가 더욱 가속화될 수 있으며, 심화될 경우 강박, 불안, 우울 등을 유발하게 되어 학교생활에 적응하지 못할 가능성이 매우 높아지는 것으로 알려져 있다(Kwon & Park 2013; Seon 2013; Lee

2014). 학업소진은 성별(Katariina & Lotta 2012; Cho & Kim 2013), 개인적 성격 특성과 성향(Jo & Lee 2010; Park et al. 2010) 등에 따라 그 증상이 다르게 나타나며, 자아존중감(Kim & Lee 2012)과 자아통제감(Kim et al. 2010), 학업적 실패내성(Jo et al. 2013), 스트레스대처 방식(Kim et al. 2013) 등의 내재적 요인들이 학업소진과 관련이 있는 것으로 보고되고 있다.

자기효능감이란 개인이 어떤 상황에서 기대하는 행동을 성공적으로 수행할 수 있다고 믿는 신념으로 학습자가 학업과제를 수행하는 과정에서 필요한 행위를 조직하고 실행해나가는 자신의 능력에 대한 판단으로 정의되고 있으며(Zimmerman 1995; Kim & Park 2001), 여러 선행연구결과에서 자기효능감은 청소년의 학업성취도, 정서장애, 주관적 안녕감 및 정신적·신체적 건강 상태 등과 밀접한 관련이 있는 것으로 나타난바 있다. 즉, 학업적 자기효능감이 높은 학생들은 어려운 상황에서도 자신의 역량을 높이 평가하여 도전적인 과제를 선택하고 최선을 다해 주어진 과제를 수행하고자 한다. 특히, 자기조절능력이 매우 뛰어나 학업과 시험, 성적으로 인한 스트레스와 불안감을 낮추고 심리적 안정감을 유지함으로써 삶의 만족도에도 긍정적인 효과를 보이는 것으로 알려져 있다(Shin & Shin 2006; Han et al. 2007; So 2008; Park 2011; Hong & Lee 2012). 이에 청소년의 학업스트레스 및 학업소진 예방을 위한 통제적 변인으로 학업적 자기효능감의 매개적 역할에 대한 모델이 제안되고 분석되어야 할 필요성이 대두된다. 특히, 최근 특수목적 고등학교나 자율형 사립고 등의 입시에 대한 사회적관심이 높아지면서 이미 초등학교 및 중학생들까지 입시경쟁에 시달리고 있는 실정이나 기존의 연구는 주로 고등학생을 대상으로 이루어져 있어 중학생들을 대상으로 한 연구는 미흡하다.

이에 본 연구에서는 중학생들의 학업스트레스와 학업소진 수준을 알아보고 두 변인간의 관련성을 살펴보고자 한다. 또한 학업적 자기효능감이 학업스트레스와 학업소진과의 관계에서의 매개효과를 검증해 봄으로써 청소년들의 학업스트레스와 학업소진으로 인한 내적 문제점 등을 조기

에 예방하고 관리 할 수 있는 대처 및 활용 방안을 모색해보고자 한다.

이에 본 연구에서는 다음과 같은 연구문제를 설정하고자 한다.

첫째, 우리나라 중학생의 학업 스트레스와 학업소진 수준은 어떠한가? 둘째, 청소년이 경험하는 학업스트레스, 학업소진, 학업적 자기효능감과 의 상관관계는 어떠한가? 셋째, 청소년의 학업스트레스가 학업소진에 어떠한 영향을 미치는가? 넷째, 청소년의 학업적 자기효능감은 학업스트레스와 학업소진의 관계에서 매개역할을 하는가? 그리고 그 효과는 어느 정도인가?

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 경기도 북부 6개 지역(구리, 남양주, 동두천, 양주, 의정부, 파주)에 소재한 9개 중학교에 재학 중인 1,2,3학년 학생 850명(남학생 427명, 여학생 423명)을 대상으로 2013년 7월 19일부터 26일까지 실시하였다. 조사에 사용된 설문지는 선행 연구(Park 1998; Kim 2001; Lee et al. 2009; Min 2011; Nam 2011; Kim et al. 2013)를 바탕으로 개발하였으며, 본 연구 대상 및 목적에 부합하도록 수정·보완하여 사용하였다. 설문 조사는 담임교사가 학생들에게 연구의 목적과 취지를 설명한 후 교사의 지도하에 실시토록 하였으며, 총 900부를 배부하여 868부가 회수되었고(회수율 96.4%), 이 중 무성의하게 응답하거나 부실 기재된 설문지를 제외하고 850부를 최종 분석에 사용하였다.

2. 연구내용 및 측정도구

본 연구의 설문내용은 조사대상자의 일반사항과 학업성적 및 학교생활에 대한 만족정도, 학업스트레스, 학업소진, 학업적 자기효능감 등을 묻는 문항으로 구성되었다.

1) 학업스트레스

조사대상자들의 학업 스트레스 정도는 Oh & Chan(1994)이 개발한 척도를 수정하여 측정하였

다. 총 30문항으로 성적(7문항), 시험(7문항), 수업(7문항)과 공부(9문항)의 4개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여, ‘전혀 그렇지 않다’의 1점에서부터 ‘매우 그렇다’의 5점까지 점수화하여 점수가 높을수록 학업스트레스 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 학업 스트레스 전체 문항의 신뢰도(Cronbach's α)는 .923이며, 각 하위요인별 문항의 신뢰도는 성적 .749, 시험 .791, 수업 .828, 공부 .819이었다.

2) 학업소진

학업소진 정도는 Schaufeli et al.(2002)이 개발한 학업소진 척도(Maslach Burnout Inventory - Student Survey; MBI-SS)를 Lee et al.(2009)이 한국 중·고등학생들에게 적합하도록 번안한 한국형 척도를 사용하였다. 5개의 하위 요인, 총 25문항으로 탈진은 공부로 인해 지치는 것과 관련된 내용으로, 무능력에 공부에 대해 자신감이 없는 것과 관련된 내용으로, 반감은 공부에 대해 싫어하는 감정과 관련된 내용으로, 냉담은 공부에 대한 회의적인 태도와 관련된 내용으로, 불안은 공부에 대한 불안, 걱정과 관련된 내용으로 각각 5문항으로 구성하였다. 각 문항은 Likert-Type 5점 척도로 ‘매우 그렇다’에 5점, ‘대체로 그렇다’에 4점, ‘보통이다’에 3점, ‘그렇지 않은 편이다’에 2점, ‘전혀 그렇지 않다’에 1점씩 배점하여, 점수가 높을수록 학업소진 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 학업소진 척도의 신뢰도는 .951이며 각 하위요인별 신뢰도 계수는 탈진 .868, 무능력 .913, 반감 .922, 냉담 .884, 불안 .865로 나타났다.

3) 학업적 자기효능감

학업적 자기효능감 척도는 학습자가 새로운 상황에서 학업적 과제를 수행해 나가는 자신의 능력에 대한 기대나 신념정도를 측정하는 것으로 본 연구에서는 Kim & Park(2001)이 개발하여 표준화한 척도를 사용하였다. 총 28문항으로 과제난이도 선호, 자기조절 효능감, 자신감의 3개 하위요인으로 구성되어 있다. 과제난이도 선호는 어떤 수행 상황에서 목표를 설정하고 도전적인 과제를 선택하는 과정에서 어떤 수준의 난이도를 선호하

는 것을 의미한다. 자기조절 효능감은 수업과 학습 관련하여 학습자가 자기관찰, 자기판단, 자기반응과 같은 자기조절력을 잘 수행하는 가에 대한 효능기대 수준이다. 자신감은 학습자가 자신의 학습능력에 대한 확신 또는 신념의 정도를 의미한다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)으로 5점 Likert-Type 척도로 구성되며 점수가 높을수록 학업에 대한 자기효능감이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서의 학업적 자기효능감 전체 문항의 내적 신뢰도는 .898이었으며, 각 하위요인의 내적 신뢰도는 과제난이도선호 .867, 자기조절효능감 .911, 자신감은 .881이었다.

3. 자료처리 및 분석방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS Statistics 20.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 각 측정도구의 신뢰도를 검증하고자 Cronbach's α 계수를 산출하였으며, 조사대상자의 학업스트레스와 학업소진 및 학업적 자기효능감의 관계를 살펴보기 상

관분석을 실시하였다. 학업스트레스와 학업적 자기효능감이 학업소진에 미치는 영향과 상대적인 영향력의 정도를 살펴보기 위해 중다회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하였다. 조사대상자의 학업스트레스와 학업소진의 관계에서 학업적 자기효능감의 매개효과를 검증하고자 3단계의 절차를 수행하였다(Baron and Kenny,1986). 1단계에서 독립변수가 종속변수에 미치는 영향력을 검증하고, 2단계에서는 독립변수가 매개변수에 미치는 영향력, 그리고 3단계에서는 독립변수와 매개변수가 종속변수에 미치는 영향을 검증하였다. 그 다음 3단계의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 Sobel test를 실시하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 일반적 특성 대한 결과는 Table 1에 제시하였다.

Table 1. General characteristics

Variables	Category	n (%)	Variables	Category	n (%)
	Age (year)*	13.63±0.96		Grade	
Gender	Male	427(50.2)		First	276(32.5)
	Female	423(49.8)		Second	295(34.7)
Academic achievement	Very high	110(13.3)		Third	279(32.8)
	High	212(25.6)	Subjective economic status	Very high	41(4.8)
	Moderate	200(24.2)		High	179(21.1)
	Low	203(24.5)		Moderate	430(50.6)
	Very low	102(12.3)		Low	135(15.9)
				Very low	42(4.9)
Paternal education	Middle school	21(2.5)	Maternal education	Middle school	21(2.5)
	High school	305(35.9)		High school	359(42.2)
	College	338(39.8)		College	296(34.8)
	Graduate school	83(9.8)		Graduate school	71(8.4)
	Other	39(4.6)		Other	40(4.7)
Paternal employment	Unemployed	10(1.2)	Maternal employment	Unemployed/housewife	398(35.1)
	Manufacturing/ technical	191(22.5)		Manufacturing/ technical	35(4.1)
	Sales/service	135(15.9)		Sales/service	149(17.5)
	Office job	274(32.2)		Office job	152(17.9)
	Professional	72(8.5)		Professional	73(8.6)
	Other	122(14.4)		Other	97(11.4)

*Mean±SD

조사 대상자는 경기도 북부 지역 중학교의 재학생들로서 1학년이 32.5%, 2학년이 34.7%, 3학년이 32.8%이었으며, 남학생이 50.2%, 여학생이 49.8%으로 학년 및 성별은 유사한 분포를 나타냈다. 조사대상자의 성적 수준은 중상위권이 25.6%로 가장 많았고, 그 다음이 중하위권(24.5%), 중위권(24.2%)의 순으로 나타났다.

그리고 조사대상자 가정의 경제수준에 대한 조사결과, 상 4.8%, 중상이 21.1%, 중 50.6%, 중하가 15.9%, 하 12.3%로 76%이상이 중정도 이상이라고 응답하였다. 조사대상자 부모의 학력 수준을 조사한 결과, 아버지의 학력은 대졸이 39.8%로 가장 많았으며, 어머니의 학력은 고졸이 42.2%로 가장 많았다. 부모님의 직업 분포를 보면 아버지의 경우 사무직(32.2%)에 종사하는 경우가 가장 많았으며, 어머니의 경우 판매 및 서비스직(17.5%)과 사무직(17.9%)이 많았다.

2. 조사대상자의 학업성적 및 학교생활에 대한 만족 정도

본 조사대상 중학생의 자신의 학업성적과 학교생활에 대한 만족정도를 분석한 결과는 Table 2에 제시된 바와 같다.

전체 조사대상자의 25.4%만이 자신의 성적에 대해 ‘만족한다’와 ‘매우 만족한다’고 응답한 반면 45.4%의 학생들은 ‘불만족하다’거나 ‘매우 불만족하다’고 응답하여 본 조사 대상 중학생의 많은 수가 자신의 성적에 대해 만족하지 못하고 있는 것으로 나타났다. 특히 여학생이 남학생에 비해 자신의 성적에 대해 불만족하거나 매우 불만족하다고 응답한 경우가 유의하게 많았으며 1학년에 비해 2, 3학년 학생들이 자신의 성적에 대해 불만족 또는 매우 불만족하다는 응답율이 유의하게 높았다.

학교생활에 대한 만족정도를 묻는 질문에 ‘매우 만족한다’와 ‘만족한다’고 응답한 학생이 각각 14.8%, 33.6%였으며, ‘매우 불만족’하거나 ‘불만족하다’는 응답은 각각 4.4%, 9.5%에 불과하여 대부분의 학생들이 학교생활에 만족하는 것으로 나타났다. 우리나라 중학교 2학년 학생들을 대상으로 한 학교생활 만족도 조사에서 37.6%가 학교생

활에 만족하는 것으로, 21.3%의 학생들은 불만족하는 것으로 나타난 결과(Ministry of Gender Equality & Family Republic of Korea, 2012)와 비교해 볼 때, 본 조사대상 중학생들의 학교생활만족도는 매우 높은 수준이었다. 여학생이 남학생에 비해 학교생활에 ‘매우 만족한다’는 응답율이 유의하게 낮았으며, ‘전혀 만족하지 않다’는 응답율은 유의하게 높아 여학생이 남학생에 비해 학교생활에 만족하지 못하고 있는 것으로 조사되었다. Lee & Kwak(2011)의 연구에서도 학교생활 만족도 평균 점수가 남학생이 여학생보다 유의적으로 높은 것으로 나타나 유사한 경향을 보였다.

학교는 학생들이 대부분의 시간을 보내는 곳으로 학생들의 생활 전반에 대한 만족과 밀접한 관련을 갖고 있기 때문에 학교생활만족도는 청소년들의 삶의 만족도를 결정하는데 매우 중요한 요인이다. 청소년들의 학교생활 만족에 영향을 미치는 요인으로는 부모와의 관계, 교사 및 교우와의 관계, 학습 및 학업활동, 규칙준수, 학업성취 등 다양한 것으로 알려져 있는데, 학교는 학습활동을 목적으로 하는 장소이므로 학생의 학업성취는 학교생활만족 및 주관적 행복감에 큰 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Lim & Park 2006; Kim 2009; Park & Bae 2012). 실제 우리나라 청소년들이 자신의 성적에 대해 쉽게 만족하지 못하고 있으며, 학교생활 만족도를 저하 시킨 원인이 입시 위주의 교육 및 성적에 대한 과도한 경쟁 체제의 교육 현실 때문이라고 지적하고 있다(Chang & Baek 2011). Nho & Kim(2012)의 연구에서도 학업 성적 그 자체보다도 더욱 잘해야 한다는 학생들의 정신적 중압감과 학업 성적에 대한 불만족과 불안감이 청소년의 심리적 안녕감 등에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타난바 있다. 이와 같이 본 조사대상 중학생 중 여학생의 경우 최근 과도한 경쟁 속에서 실제 자신의 성적에 대한 낮은 만족도가 학교생활 만족도에도 부정적인 영향을 미쳤을 것으로 여겨진다.

3. 조사대상자의 학업스트레스 및 학업소진 수준

조사대상자들의 학업스트레스와 학업소진 수

Table 2. Satisfaction with academic performance and school-life

		Gender		Total (n=850)	Grade		
		Male (n=427)	Female (n=423)		1st (n=276)	2nd (n=295)	3rd (n=279)
Academic performance	Very satisfied	37(8.7) ¹⁾	13(3.1)	50(5.9)	25(9.1)	12(4.1)	13(4.7)
	Satisfied	75(17.6)	91(21.5)	166(19.5)	61(22.1)	58(19.7)	47(16.8)
	Moderate	139(32.6)	109(25.8)	248(29.2)	77(27.9)	81(27.5)	90(32.3)
	Dissatisfied	115(26.9)	145(34.3)	260(30.6)	71(25.7)	91(30.8)	98(35.1)
	Very dissatisfied	61(14.3)	65(15.4)	126(14.8)	42(15.2)	53(18.0)	31(11.1)
			$\chi^2 = 20.231^{***}$			$\chi^2 = 19.027^*$	
School life	Very satisfied	77(18.0)	49(11.6)	126(14.8)	46(16.7)	37(12.5)	43(15.4)
	Satisfied	156(36.5)	164(38.8)	320(37.6)	103(37.3)	111(37.6)	106(38.0)
	Moderate	150(35.1)	136(32.2)	286(33.6)	88(31.9)	102(34.6)	96(34.4)
	Dissatisfied	26(6.1)	55(13.0)	81(9.5)	29(10.5)	31(10.5)	21(7.5)
	Very dissatisfied	18(4.2)	19(4.5)	37(4.4)	10(3.6)	14(4.7)	13(4.7)
			$\chi^2 = 17.499^{**}$			$\chi^2 = 4.379$	

¹⁾ n(%)

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

준의 하위요인별 점수는 Table 3 과 같다. 본 조사대상 중학생들은 학업 스트레스 중 시험(2.88 점)과 공부(2.83점)에 대한 스트레스를 많이 받고 있는 것으로 나타났다. 이는 중학생을 대상으로 한 다른 연구에서(Chang et al. 2012; Han 2013) 시

험으로 인한 학업 스트레스 수준이 가장 높은 것으로 나타난 결과와 유사하여, 우리나라 청소년들의 경우 지나치게 경쟁적인 입시위주의 교육 현실 속에서 시험과 성적, 공부에 대한 스트레스를 비교적 많이 겪고 있음을 알 수 있다. 학업스트레

Table 3. Academic stress and academic burnout by gender and grade

		Gender		Total (n=850)	Grade		
		Male (n=427)	Female (n=423)		1st (n=276)	2nd (n=295)	3rd (n=279)
Academic stress	Academic performance	2.83±0.82 [*]	2.79±0.77	2.81±0.80	2.79±0.81	2.86±0.79	2.78±0.78
	Examination	2.84±0.82	2.93±0.68	2.88±0.72	2.86±0.78	2.91±0.68	2.87±0.72
	Class	2.67±0.76	2.64±0.69	2.66±0.72	2.48±0.77 ^b	2.76±0.69 ^a	2.72±0.67 ^a
	Study	2.91±0.75	2.83±0.68	2.87±0.72	2.78±0.77 ^b	2.94±0.67 ^a	2.88±0.70 ^{ab}
Academic burnout	Exhaustion	2.82±0.90	2.80±0.85	2.81±0.88	2.88±0.97	2.82±0.81	2.73±0.85
	Disengagement	2.71±1.01	2.76±0.99	2.73±1.01	2.67±1.09	2.76±0.95	2.77±0.96
	Antipathy	3.35±1.08	3.49±0.99	3.42±1.04	3.38±1.16	3.46±0.97	3.42±0.98
	Cynicism	2.86±0.94	2.77±0.90	2.82±0.92	2.81±0.99	2.83±0.88	2.82±0.89
	Anxiety	2.63±0.93	2.57±0.97	2.60±0.95	2.51±0.96	2.64±0.93	2.65±0.96

*Mean±SD

Values with different superscripts in a row are significantly different at p<.05 based on Duncan's multiple-range test.

스의 점수에 있어 성별에 따른 차이는 보이지 않았으나, 학업 관련 스트레스의 하위요인 중 수업과 공부에 대한 스트레스 수준은 학년에 따라 유의한 차이를 나타냈다.

조사대상자들은 학업소진에 대한 하위요인 중 반감(3.42점)에서 가장 높은 점수를 보였으며, 다음에 냉담(2.82점), 탈진(2.81점), 무능력(2.73점), 불안(2.60점) 순으로 나타났다. 즉, 본 조사대상 중학생들은 학업 및 공부에 반감 등을 나타내는 심리적 증후를 많이 경험하고 있는 것으로 나타났다으며, 학업에 대해 무관심한 태도를 보이거나 신체적 피로감과 우울감 등의 증상도 다소 느끼고 있었다. 학업소진 수준은 성별과 학년별 모두 유의한 차이를 보이지 않았다. 이는 Han(2012a)의 연구에서 학업소진이 성별 간에 유의한 차이를 보이지 않는 것으로 나타난 결과와 유사하나 중학생을 대상으로 한 Park et al.(2010)의 연구에서 학년이 높을수록 학업소진 중 탈진과 무능감이 유의하게 높게 나타난 결과와는 차이를 보인다. 이러한 학업소진은 잦은 무단 결석과 학업 중단 그리고 과제 수행에 대한 냉소적인 태도와 무기력한 학습동기 등과 관련이 높은 것으로 보고되고 있어 (Schaufeli et al. 2002; Salmela-Apo et al. 2009; Shin et al. 2011) 학생들의 학업성취 및 학

교생활적응에 매우 부정적인 영향을 미칠 것으로 여겨진다.

4. 학업스트레스, 학업소진, 학업적 자기효능감의 상관관계

조사대상자의 학업 스트레스와 학업소진 간의 상관관계를 분석한 결과, 학업 스트레스와 학업소진의 모든 하위요인 간에는 유의한 정적 상관관계를 보였다(Table 4). 이는 과도한 학업으로 인해 나타나는 학업 스트레스가 높을수록 학생들이 학업에 대한 정서적 탈진이나 냉담, 공부에 대한 반감과 불안, 그리고 학업에 대한 자신감이 낮아지는 증상 등의 학업소진의 정도가 높아진다는 것을 의미하며 우리나라 청소년들의 경우 성적과 시험에 대한 많은 부담과 걱정은 학업에 대한 동기를 상실하게 하여 정서적 어려움을 느끼게 하는 요인으로 보고되고 있다(Moon & Jwa 2008; Jwa et al. 2009).

학업 스트레스와 학업적 자기효능감의 하위요인별 관계를 살펴본 결과, 학업 스트레스의 모든 하위요인은 학업적 자기효능감의 모든 하위요인 과제난이도, 자기조절 효능, 자신감과 유의한 부적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다($p<.01$). 이는 학업으로 인한 스트레스를 많이 겪을수록

Table 4. Correlations between academic stress, academic burnout, and academic self-efficacy

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Academic performance	1											
Academic stress	2. Examination	.624**	1									
	3. Class	.554**	.582**	1								
	4. Study	.602**	.634**	.704**	1							
	5. Exhaustion	.519**	.519**	.537**	.612**	1						
Academic burnout	6. Disengagement	.632**	.611**	.571**	.649**	.639**	1					
	7. Antipathy	.464**	.473**	.512**	.615**	.609**	.592**	1				
	8. Cynicism	.516**	.558**	.571**	.615**	.600**	.681**	.661**	1			
	9. Anxiety	.438**	.445**	.333**	.499**	.551**	.529**	.407**	.486**	1		
Academic self-efficacy	10. Task-difficulty preference	-.308**	-.340**	-.396**	-.421**	-.339**	-.442**	-.480**	-.418**	-.118**	1	
	11. Self-regulatory efficacy	-.308**	-.316**	-.450**	-.425**	-.292**	-.474**	-.343**	-.390**	-.126**	.548**	1
	12. Self-confidence	-.310**	-.315**	-.298**	-.318**	-.400**	-.393**	-.211**	-.317**	-.399**	.172**	.088*

* $p<.05$, ** $p<.01$

과제난이도 선호, 자기조절효능감, 자신감 등에 부정적인 영향을 주어 자기효능감이 낮아지게 된다는 것을 의미할 뿐 아니라 학업적 자기효능감이 높을수록 학업스트레스가 낮아진다는 것을 의미하는 것으로 여겨진다. 많은 연구에서 학업적 자기효능감이 높을수록 학생들이 인지하는 학업스트레스 수준이 낮게 나타났으며, 높은 자기효능감은 스트레스 및 우울 수준을 낮추어 심리적 건강 상태에 긍정적인 효과를 보이는 것으로 보고되고 있다(Doo 2003; Jung 2011; Lee 2011; Oh & Seon 2013).

또한 학업적 자기효능감의 모든 하위요인과 학업소진의 모든 하위요인 간에도 유의한 부적 상관관계를 나타냈다. 특히, 학업적 자기효능감 하위요인 중 과제난이도 선호는 학업소진 중 반감과 가장 높은 부적 상관을 나타냈으며($r = -.480, p < .01$), 자기조절효능감은 무능력($r = -.474, p < .01$)과 자신감은 고갈($r = -.400, p < .01$)과 가장 높은 부적상관관계를 보였다. 즉, 학업적 자기효능감이 높을수록 과중한 학업스트레스로 인한 심리적 소진 증상이 감소되는 것으로 예측할 수 있다.

5. 청소년의 학업스트레스가 학업소진에 미치는 영향

본 조사대상 청소년들의 학업 스트레스가 학업소진에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀 분석을 실시한 결과는 Table 5와 같다. 다중회귀

분석 실시 전 독립변수 간의 높은 상관관계 존재에 따른 다중공선성의 문제 여부를 확인하기 위해 공선성진단(Collinearity diagnostics)을 실시하였다. 그 결과, Durbin-Watson 값은 2.024-2.056 사이의 수치로 나타나 그 수치가 2에 가깝고 0 또는 4와 가깝지 않으므로 잔차들 간에 상관관계가 없다고 판단되었다. 또한 모든 변수들의 VIF(분산팽창계수)값이 10이하의 값을 가지며, 공차한계(tolerance) 값이 모두 0.1 이상으로 다중공선성에는 문제가 없어 본 연구 회귀모형이 적합하다고 여겨진다(Song 2013).

학업 스트레스의 하위요인인 성적과 시험, 수업, 공부가 학업소진 중 탈진에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이에 대한 설명력은 43.1%였다. 학업스트레스 중 공부가 탈진에 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타났고, ($\beta = .326, p < .001$), 그 다음으로는 성적($\beta = .178, p < .001$), 시험($\beta = .135, p < .01$), 수업($\beta = .130, p < .01$)의 순이었다. 즉, 과도하게 많은 양의 공부에 시달리거나 시험 등으로 스트레스를 많이 받을수록 학업으로 인한 심리적 고갈 증상이 심화되는 것으로 나타났다.

그리고 학업소진의 하위요인 중 무능감에 대한 학업 스트레스의 설명력은 54.2%였다. 학업 스트레스의 모든 하위요인인 성적, 시험, 수업 및 공부가 학업소진의 무능감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 중 성적의 β 값이 .293 ($p < .001$)으로 가장 많은 영향을 미치고 있는 것으

Table 5. Effects of academic stress on academic burnout

	Academic burnout									
	Exhaustion		Disengagement		Antipathy		Cynicism		Anxiety	
	β	t	β	t	β	t	β	t	β	t
Academic performance	.178	4.734***	.293	8.728***	.108	2.837**	.126	3.433**	.194	4.620***
Examination	.135	3.494**	.206	5.985***	.094	2.390*	.198	5.240***	.168	3.884***
Class	.130	3.315**	.108	3.071**	.115	2.856**	.200	5.175***	-.114	-2.569*
Study	.326	7.719***	.262	6.899***	.406	9.389***	.269	6.487***	.341	7.140***
R ²	.434		.544		.404		.456		.288	
Adjusted R ²	.431		.542		.401		.453		.285	
F	147.730		229.753		130.888		161.268		77.584	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

로 나타나 성적으로 인한 스트레스는 학업 성취감에 부정적인 영향을 미쳐 학생으로서의 무능감을 많이 느끼게 되는 것으로 여겨진다.

학업소진 하위변인 중 반감을 가장 의미 있게 설명하는 학업 스트레스의 하위변인은 공부로 나타났다, 설명력은 40.1%였다. 그 다음으로는 수업($\beta = .115, p < .01$), 성적($\beta = .108, p < .01$), 시험($\beta = .094, p < .05$)의 순이었다.

학업스트레스의 모든 하위요인이 학업소진의 하위요인 중 냉담에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 설명력은 45.3%였다. 그 중 공부로 인한 스트레스 β 값이 .269($p < .001$)로 가장 많은 영향을 미치고 있었으며, 그 다음으로는 수업($\beta = .200, p < .001$), 시험($\beta = .198, p < .001$)의 순이었다. 학생들은 과도한 공부 양으로 인해 스트레스를 많이 경험할 수록 학업에 대한 관심 수준이 저하되고 회의감과 냉소감을 느끼게 되어 학업에 더욱 더 소홀해지게 됨을 의미한다.

학업스트레스 중 학업소진의 하위요인 중 불안에 대한 학업 스트레스의 설명력은 28.8%였다. 학업 스트레스의 하위요인 중 공부($\beta = .341, p < .001$)와 성적($\beta = .194, p < .001$), 시험($\beta = .168, p < .001$)으로 인한 학업스트레스가 높을수록 청소년들은 학업에 대하여 불안감 등을 많이 느끼고 있음을 알 수 있다. 반면에 수업($\beta = -.114, p < .05$)은 불안에 부정 영향을 미치는 것으로 나타났다.

따라서 본 조사대상 중학생들의 심리적 학업소진에 가장 많은 영향을 미치는 학업 스트레스의 하위요인은 공부와 성적으로 나타났다. 즉, 공부와 성적 등에 대한 과도한 부담감에 따른 스트레스를 많이 경험할 수록 심리적인 탈진, 무능감, 반감, 냉담과 불안 증상 등이 증가하게 되므로 학업소진을 예방하기 위해서는 청소년들이 학업스트레스를 적절하게 대처하여 효과적으로 관리할 수 있는 능력을 기르도록 지속적인 지도와 교육이 필요할 것으로 여겨진다.

6. 학업스트레스와 학업소진과의 관계에서 학업적 자기효능감의 매개효과

학업스트레스가 학업소진에 미치는 영향에서 학업적 자기효능감이 매개적 효과를 갖는지를 검

증하기 위해 Baron & Kenney(1986)의 단계적 절차를 실시하였다(Table 6). 우선 독립변수들 간의 다중공선성의 여부를 확인하기 위하여 VIF와 tolerance(공차한계값)을 산출한 결과, VIF는 1.00~1.53, tolerance는 0.654~1.00 사이로 다중공선성은 없는 것으로 나타났다. 매개효과 분석 1단계에서 독립변수인 학업스트레스가 매개변수인 학업적 자기효능감에 유의하게 부정(-) 영향을 미치는 것으로 나타났으며($\beta = -.586, p < .001$), 2단계에서도 독립변수인 학업스트레스가 종속 변수인 학업소진에 정적(+)으로 유의한 영향을 미치고 있었다. 최종적으로 독립변수인 학업스트레스와 매개변수인 학업적 자기효능감을 함께 투입하여 학업소진에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과, 통계적으로 유의하였다. 특히, 2단계에서의 학업스트레스가 학업소진에 미치는 영향력($\beta = .789, p < .001$)에 비해 매개변수를 투입한 후 학업소진에 미치는 영향력이 감소한 것으로 나타나($\beta = .658, p < .001$), 학업적 자기효능감이 학업스트레스와 학업소진간의 관계에 있어 완전 매개효과가 아닌 부분매개효과가 있음을 확인할 수 있었다. 이와 같이 학업적 자기효능감의 매개효과 통계적 유의성을 검증하기 위하여 Sobel test를 실시한 결과, Z값은 5.694($p < .001$)로 $\alpha = .05$ 수준에서 임계치인 1.96보다 크게 나타나 유의한 매개효과가 있음이 검증되었다.

이는 학업스트레스가 학업소진을 일으키는데 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 학업적 자기효능감을 매개로 학업소진에 영향을 미칠 수 있음을 의미한다. 즉, 학업스트레스가 높으면 그 자체로도 학업소진을 초래할 수 있지만 과도한 학업스트레스는 학생들의 학업적 자기효능감을 낮추어 심리적 소진을 일으키는 것으로 여겨진다. 많은 연구결과에서 학업적 자기효능감이 높은 학습자는 도전적인 과제를 선택하고, 스트레스 상황이나 어려운 상황에서도 주어진 과제를 수행하기 위해 효과적인 전략 및 대처 방법을 활용하여 과제를 수행하는데 최선을 다하는 것으로 보고되었다(Kim & Park 2001; Yum & Park 2005). 또한 Jo et al.(2013)의 연구에서도 학업적 자기효능감이 과중한 학업요구와 학업소진과의 관계를 부분매

Table 6. Mediating effects of academic self-efficacy on the relationship between academic stress and academic burnout

Step	Variable		β (<i>p</i> -value)	t	Adjusted R ²	F
	Independent variable	Dependent variable				
1 step (Independent → Mediated)	Academic stress	Academic self-efficacy	-.586 (.000)	-19.79	.344	391.58***
2 step (Independent → Dependent)	Academic stress	Academic burnout	.789 (.000)	35.13	.622	1233.95***
3 step (Independent, mediated →dependent)	Academic stress	Academic burnout	.658 (.000)	24.26	.653	678.50***
	Academic self-efficacy		-.222 (.000)			

*** p <.001

개하는 것으로 나타났으며, 학업요구 등의 스트레스가 학업적 자기효능감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있어(Park 2011; Kim & Lee 2012), 공부나 성적과 관련된 과중한 학업 스트레스가 직접적으로 학업소진을 초래할 수 있지만 학생들의 자기효능감 등의 심리상태에 부정적인 영향을 미침으로써 학업소진이 나타나는 것으로 여겨진다. 기존 연구에서 학업적 자기효능감은 학업성취를 예측할 수 있는 중요한 변인으로 학업을 효과적으로 수행할 수 있는 역할과 함께 학업을 수행하는 과정에서 유발되는 스트레스를 효율적으로 관리함으로써 학업 스트레스를 완화시키고 스트레스로 인한 심리적 문제를 해결하는데 도움을 주는 것으로 보고되고 있다(Shin & Shin 2006; You & Hong 2010). 또한 많은 연구(Lee & Lee 2010; Lee & Won 2013; Park & Ou 2013; Sun & Ha 2013)에서 높은 자기효능감은 스트레스를 감소시키고 수행능력을 증진시키며, 신체적·정신적 탈진 등을 감소시켜 심리적 소진을 예방함으로써 학교생활적응에도 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타난 바와 같이 청소년들의 학업적 자기효능감을 향상시켜주는 노력은 학업소진 경감에 도움이 될 수 있을 것으로 여겨진다. 따라서 청소년들의 학업소진을 예방하기 위해서는 학업 스트레스를 경감시키는 교육환경 및 교육정책이

마련되어야 할 뿐 아니라 학생들의 학업적 자기효능감 수준을 향상시키기 위한 다양한 활동이나 프로그램 개발 및 활용 등의 구체적인 방안이 모색되어야 할 것이다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 경기도 북부에 소재한 중학교에 재학하고 있는 남녀 학생을 대상으로 학업스트레스와 학업소진 정도를 알아보고, 학업스트레스와 학업소진과의 관계에서 학업적 자기효능감의 매개효과를 분석해 봄으로써 학업스트레스로 인해 야기되는 정서적 심리적 문제 등을 예방하고 청소년들의 건강하고 건전한 발달을 도모하고자 실시하였다.

본 연구의 주요 결과와 그에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 본 조사대상자 중학생들의 대다수가 자신의 학업 성적에 불만족하고 있는 것으로 나타났다. 과도한 입시경쟁 체제에서 우리나라 청소년은 학업 성취 수준과 성적이 자신의 삶의 만족과 행복에 중요한 요인으로 인식하고 있으며 실제 학업성취가 높을수록 생활 및 삶의 만족도가 높은 것으로 보고되고 있다. 이에 학생들의 학업 성취 및 성적에 대한 기대수준은 더욱 높아지게 되

면서 자신의 실제 성적에 대한 만족도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 여겨진다.

둘째, 본 조사대상자들의 학업스트레스와 학업소진의 하위요인별 수준을 조사한 결과, 학업스트레스의 주된 요인은 시험과 공부인 것으로 나타났다. 학업 및 공부에 대한 반감과 냉담 등의 심리적 소진을 많이 경험하고 있는 것으로 나타났다. 이는 우리나라 청소년들은 시험에 대한 불안감과 성적에 대한 부담을 많이 느끼게 되면서 학업이나 공부에 대한 의욕과 동기가 상실되어 오히려 공부에 대해 반감을 갖고 무관심한 태도를 보이는 심리적 어려움을 많이 겪고 있음을 의미한다. 이러한 심리적 학업소진 증상은 학교생활에 적응하는데 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로 청소년들의 과도한 학업 스트레스로 인한 학업소진 증상을 예방하고 완화시킬 수 있는 방안이 모색되어야 한다.

셋째, 학업스트레스와 학업소진은 유의한 정적 상관관계를 보였으며, 학업소진의 하위요인인 고갈, 무능력, 반감, 냉담, 불안에 대한 학업스트레스의 영향을 살펴본 결과, 성적과 공부로 인한 학업적 스트레스가 모든 학업소진 하위요인에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타나 청소년기의 과도한 학업스트레스로 인해 학업에 대한 정서적 탈진이나 반감 등의 심리적 소진이 야기될 수 있음을 의미한다. 반면에 학업적 자기효능감은 학업스트레스와 학업소진과 유의한 부적 상관관계를 보여 중학생들의 학업적 자기효능감이 높을수록 학업스트레스와 학업소진 수준이 낮아짐을 의미한다.

넷째, 학업스트레스와 학업소진의 관계에서 학업적 자기효능감의 매개효과를 확인한 결과, 학업스트레스가 학업소진에 직접적인 영향을 미치는 동시에 학업적 자기효능감을 매개로 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타나, 부분매개 효과가 있음을 확인할 수 있었다. 즉, 학업스트레스가 학업소진에 미치는 영향력을 학업적 자기효능감이 매개하여 감소시키는 효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 높은 학업적 자기효능감은 학업으로 인한 스트레스를 바르게 인식하고 효율적으로 관리하는데 도움을 주어 학업소진 등의 심리적 부적용

문제를 완화시키는데 긍정적으로 기여한다고 볼 수 있다. 따라서 과도하게 높은 학업기대로 인한 학업적 스트레스에 따른 심리적 소진 등을 경험할 수 있는 청소년들에게 학업적 자기효능감을 향상시키기 위한 프로그램 운영 및 상담지도 등 대안적 방안이 적극적으로 제시되어야 할 것이다.

따라서 학업에 대한 심리적·정서적 고갈 및 반감과 냉소를 보이게 되는 학업소진을 예방하기 위해서는 청소년들이 과중한 학업으로 인한 스트레스를 경감시킬 수 있는 교육정책이 운영되도록 사회적 차원에서의 지원이 필요하다. 특히, 청소년들의 학업스트레스를 극복하고 그에 따른 심리적 부적용을 완화시킬 수 있도록 하기 위해서는 학교 교육과정에서 중재프로그램이나 교육이 활발하게 이루어져야 하는데 정규 교과과정에서 학생들이 생활에서 당면하는 스트레스를 이해하고 문제점을 주도적으로 해결할 수 있는 능력 함양을 위해 교사는 적극적인 수업 참여를 유도해야 할 것이다. 또한 학업적 성취를 중시하고 경쟁을 강조하는 사회 속에서 학생들의 개인적 심리적 차원의 대처 방안으로서 학업적 자기효능감을 향상시킬 수 있도록 구체적인 지도 방법 및 프로그램 운영 방안이 마련되어야 하며, 더 나아가 부모들에게 과중한 학업에 대한 요구와 기대가 자녀의 자기효능감에 부정적인 영향을 줄 수 있음을 알리고 가정 내에서의 적극적인 지도와 상담이 강화되어야 할 것이다. 아울러, 청소년들의 학업스트레스와 학업소진 등의 경감 및 해소를 위한 중재 프로그램 등의 개발 및 그 효과를 검증하는 연구가 후속되어 청소년들의 학업스트레스와 심리적 소진의 완화 뿐 아니라 그로 인해 나타나는 정신건강 관련 문제 등에 대한 좀 더 심층적인 자료가 제공되어야 할 것이다.

References

- Baron RM, Kenny DA(1986) The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *J Pers Soc Psychol* 52(6), 1173-1182
- Chang HW, Kim JH, Auh SY, Jung IK(2012) An Influence of academic stress on the life-style

- behaviors and mental health of junior high school students. *Lorean Home Economics Edu Assoc* 24(3), 57-72
- Chung YK, Baek SD(2011) Competitive education, its problems and alternatives: focusing on the social studies education in the school arena. *Korean Soc Stud Assoc* 18(2), 91-106
- Cho KR (2007) Academic stress symptoms of 3rd year high school students according to academic stress reasons and counter measure. Master's Thesis, Kyung Sang's University
- Cho JY, Kim MS(2013) Gender differences of academic burnout and academic engagement among Korean elementary school students. *Korean J Woman Psychol* 18(4), 477-497
- Doo KJ(2003) The relation between stress and depression : The mediating effect of self-efficacy and perfectionism. Master's Thesis, A-Jou University
- Han AR(2013) The effects of academic stress and parents' educational support on middle school students' school adjustment. Master's Thesis, Ewha Woman's University
- Han SL(2012a) The relationship of student's big-five personality factors, stress-coping strategies and academic burnout. Master's Thesis, Kyungsung University of education Graduate school
- Han SY(2012b) A study of relationship among physical symptoms, mental health according to stress factors of middle school students. *J Korea Acad-Industrial Cooperation Soc* 13(12), 5800-5807
- Han YS, Hyun SY, Lee JG, Cho HC(2007) The relationships among learning skills, motivation, self-efficacy and academic achievement, *Korean Sch Psychol; Assoc* 4(2), 153-172
- Hong YJ, Lee JY(2012) The mediating effects of parental learning involvement and academic self-efficacy of elementary school students between parental academic achievement pressure and academic achievement. *Korean Assoc child stud* 21(2), 325-342
- Jo HI, Lee HA(2010) The mediating effects of achievement goals on the relationship among perfectionism, academic burnout and academic engagement. *Korean J Youth Stud* 17(12), 131-154
- Jo HJ, Lee JY, Jang JY(2013) The mediating effects of academic self-efficacy and academic failure tolerance on the relationship between excessive academic demands and academic burnout on highschool students. *Korea J Counsel* 14(2), 1471-1487
- Jung CS(2011) How study stress of high school seniors affects their mental health: Validation of mediation effect of self control. *Korean J Youth Stud* 18(9), 1-18
- Jung IK, Nam KO, Kim JH(2012) The effects of academic stress on dietary behavior in junior high school students. *J Res Inst Korean Edu* 30(3), 125-143
- Jung SM(2011) A study of the relationships of parental academic achievement pressure that adolescents' perceived to depression : Effects of academic self-efficacy. Master's Thesis, A-Jou University
- Jwa HS, Moon YJ, Yoon MS(2009) Moderating effect of self-control on academic stress and psychosocial maladjustment: Focusing on internalization and externalization. *Korean J Youth Stud* 16(1), 317-342
- Katariina SA, Lotta T(2012) Gendered pathways in school burnout among adolescents. *J Adolescence* 35(4), 929-939
- Kim AY, Park IY(2001) Construction and validation of academic self-efficacy Scale. *Edu Res* 39(1), 95-123
- Kim CS(2009) A study of determinants of happiness on adolescents. *Korean J Health Psychol* 14(3), 649-665
- Kim JH, Ma YY, Go MS, Jung IK(2013) The effects of coping strategy on academic burnout and school adjustment in Chinese adolescents. *J Korean Home Economics Edu Assoc* 25(2), 129-146
- Kim KS, Shin SS(2011) The effect of stress which is recognized by adolescents on the adaptation to school life. *J Edu Res* 9(3), 97-114
- Kim ME, Lee SM, Shin HJ, Park YM, Lee JY(2010) The relationship between academic demand and academic burnout: the role of control. *Korean J Sch Psychol* 4(1), 69-84
- Kim MK, Kim YH, Hwang SR, Chung IJ(2012) The effect of school grades on academic stress in adolescence: focusing on the moderating effect of gender. *J Adolescent Welfare* 14(4), 165-187
- Kim SJ(2001) Study on the influences of the stressors from school on problem behavior in middle school and high school students : focusing on the stress coping strategies. Master's thesis, Yonsei University Seoul Korea
- Kim YS, Lee JY(2012) The mediating effects of self-esteem on the relationships between heavy academic demands to elementary school students and academic burnout. *Korea Inst Youth Facility & Env* 10(3), 115-126
- Kwon IN, Park SY(2013) A study on the implication of burnout and turnover intention throughout the youth worker's job stress. *Korea Inst of Youth Facility & Env* 11(3), 91-101
- Lee HE, Kwak YJ(2011) A study on factors affecting life satisfaction and school life satisfaction in the early youth. *Korean J Youth Stud* 18(7), 59-83
- Lee IC, Lee SH(2010) Job stress, job satisfaction, and psychological burnout in youth companion: Testing moderating effects of self-efficacy and stress coping style. *J Hum Underst Couns* 31(2), 123-139

- Lee MR(2014) Effects of social support on the relationships between perceived stress and psychological burnout of suicide prevention counselor. *Korea Contents Assoc* 14(2), 308-318
- Lee SJ(2011) The moderating effect of self-efficacy on the relation between stress and social anxiety in the elementary school students. *J Elem Edu* 24(2), 89-113
- Lee SW, Jang YE(2011) A study on the effect of adolescent's academic stress to suicidal idealization : Moderating effect of family cohesion. *Korean J Youth Stud* 18(11), 111-136
- Lee YB, Lee SM, Lee JY(2009) Development of Korean academic burnout scale. *Korea Edu Rev* 15(3), 59-78
- Lee YS, Won SJ(2013) Influence of school dance instruction on physical self-efficacy, interpersonal relationship and school adjustment in middle school students. *Official J Korean Soc Danc Sci* 30(2), 1-18
- Lim MH, Park YS(2006) A study of happiness among Korean adolescents: With specific focusing on elementary and middle school students. *Inha Education Forum* 12, 159-179
- Min KS(2011) The relationships of academic achievement pressure and academic self-efficacy on depression among foreign language high school students. Master's thesis, Kookmin University of Education, Graduate School
- Ministry of Gender Equality & Family Republic of Korea (2012). The whitepaper of youth in 2011. Seoul Korea: Ministry of Gender Equality & Family Republic of Korea
- Mo SH(2010) Analysis on the moderating effects of factors related to the academic stress of adolescent : Focused on self-esteem and autonomy in opinion decision. *J Future Oriented Youth Soc* 7(2), 49-66
- Moon YJ, Jwa HS(2008) The effect of academic stress on psychological health in adolescents moderating effect of emotional regulation. *Korean J Soc Welf Stud* 38, 353-379
- Nam SP(2011) The effect of academic achievement pressure on the academic burnout: With the moderating effect of self-control. Master's thesis, Incheon University of Education, Graduate School
- National Youth Policy Institute(2010) International comparison study of adolescent health status: Four countries. Seoul Korea: National Youth Policy Institute
- National Youth Policy Institute(2010) 2010 indicators study of the national youth policy institute: Youth health study. Seoul, Korea: National Youth Policy Institute.
- Nho CR, Kim SH(2012) The relationship between study-related stress, perceived school grades, and psychological well-being among middle school students -mediating effects of personal factors and social support on self-esteem, depression, and anxiety-. *J Korean Soc Child Welf* 39, 39-68
- Oh JH, Seon HY(2013) The study on the factors related to academic stress of elementary and middle school students. *Korea J Couns* 14(3), 1981-1994
- Oh MH, Chan SM(1994) Analysis of academic stressors and symptoms of juveniles and effects of meditation training on academic stress reduction. *J Hum Underst Couns* 15, 63-96
- Park BS, Bae SW(2012) The effects of interpersonal relationships and academic achievement on the subjective well-being among school adolescents -Comparison of gender and school types-. *Korea Assoc Welf* 14(3), 215-237
- Park HH, Ou KS(2013) The effects of ego-resilience and self-efficacy of adolescent counselors on burnout. *Korean Assoc Play Ther* 16(2), 153-169
- Park IG, Lee SM, Choi BY, Lee JY, Jin YY(2010) Relationship between the big five personality factors and academic burnout. *Korean J Soc Personality Psychol* 24(1), 81-93
- Park IY(1998) Study on the construct of academic self-efficacy and its measurement. Master's Thesis, Ewha Woman's University
- Park YA(2011) The Influences of stress and academic self-efficacy on the subjective well-being of elementary school children. *Korean Assoc child stud* 32(3), 107-120
- Salmela-Apo K, Kiuru NM, Leskinen E, Nurmi JE(2009) School-burnout inventory(SBI)- reliability and validity. *Eur J Psychol Assess* 25(1), 48-87
- Schaufeli WB, Martez IM, Marques-Pinto AM, Salanova M, Bakker AB(2002) Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *J Cross-Cultural Psychol* 33, 464-481
- Seon KJ(2013) The Relationship between job-stress and psychological-exhaustion of counselors at multicultural family support center. *J Korea Soc Computer Inf* 19(7), 157-164
- Shin HJ, Kim BY, Lee MY, Noh HK, Kim KH, Lee SM(2011) A short-term longitudinal study of mental health and academic burnout among middle school students. *Korean Sch Psychol Assoc* 8(2), 133-152
- Shin JH, Shin TS(2006) The analysis of relations between academic achievement, academic self-efficacy, perceived teacher expectancy, and home environment. *Korean Assoc Child Stud* 38(2), 81- 102
- So YH(2008) A path analysis on the relationship of perceived social support, academic self-efficacy, achievement motivation, and academic achievement by a school grade. *Korean Assoc Child Stud* 17 (2), 49-64

- Song JJ(2013). SPSS/AMOS statistic analysis methods for writing article. 2nd ed. Kyunggi:The twenty-first century Co. pp150-152
- Sun PH, Ha JR(2013) The effect of job satisfaction of the youth leader on burnout: Focus on the mediating effect of self-efficacy and social support. J Future Oriented Youth Soc 10(3), 161-181
- You MY, Hong HY(2010) The relationship between perceived parental attitudes toward child-rearing and academic achievement: The mediating effects of emotional intelligence and academic self-efficacy. Korean Edu Psychol Assoc 24(4), 915-937
- Yum SC, Park HJ(2005) How perfectionism relates to test anxiety: Testing a mediation model of academic self-efficacy in Female' high school students. Korean Sch Psychol Assoc 2(1), 19-35
- Zimmerman BJ(1995) Self-efficacy and educational development. In: A. Bandura (Ed.), Self-efficacy in changing societies. New York, NY:Cambridge University Press, pp 202-231